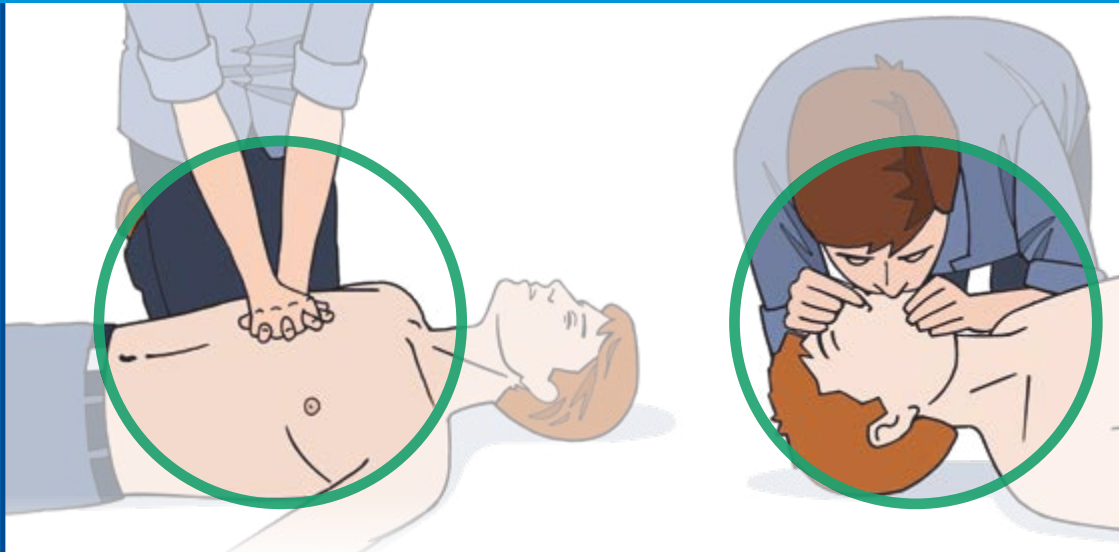


204-006

## DGUV Information 204-006



## Anleitung zur Ersten Hilfe

**Herausgeber**

Deutsche Gesetzliche  
Unfallversicherung e.V. (DGUV)

Glinkastraße 40  
10117 Berlin  
Tel.: 030 288763800  
Fax: 030 288763808  
E-Mail: [info@dguv.de](mailto:info@dguv.de)  
Internet: [www.dguv.de](http://www.dguv.de)

Sachgebiet „Betriebliches Rettungswesen“, Fachbereich „Erste Hilfe“ der DGUV

Ausgabe November 2017

DGUV Information 204-006 zu beziehen bei Ihrem zuständigen  
Unfallversicherungsträger oder unter [www.dguv.de/publikationen](http://www.dguv.de/publikationen)

# **Anleitung zur Ersten Hilfe**



# Inhaltsverzeichnis

	Seite
<b>1 Aushang zur Ersten Hilfe</b> .....	<b>6</b>
<b>2 Allgemeine Verhaltensweisen beim Auffinden einer Person</b> .....	<b>7</b>
<b>3 Lebensrettende Sofortmaßnahmen</b> .....	<b>8</b>
<b>4 Herzdruckmassage</b> .....	<b>10</b>
<b>5 Beatmung</b> .....	<b>11</b>
<b>6 Seitenlage</b> .....	<b>12</b>
<b>7 Blutungen</b> .....	<b>13</b>
<b>8 Schock</b> .....	<b>16</b>
<b>9 Knochenbrüche, Gelenkverletzungen</b> .....	<b>17</b>
<b>10 Verbrennungen</b> .....	<b>18</b>
<b>11 Verätzungen</b> .....	<b>19</b>
<b>12 Vergiftungen</b> .....	<b>20</b>
<b>13 Unfälle durch elektrischen Strom</b> .....	<b>21</b>
<b>14 Dokumentation von Erste-Hilfe-Leistungen</b> .....	<b>22</b>

# 1 Aushang zur Ersten Hilfe

Rettungsleitstelle (Notruf):	
Ersthelfer/Ersthelferin:	
Betriebsсанitäter/Betriebsсанitäterin:	
Erste-Hilfe-Material bei:	
Erste-Hilfe-Raum:	
Nächste erreichbare Ärzte/Ärztinnen:	
Berufsgenossenschaftliche Durchgangsarzte/Durchgangsarztinnen:	
	Info: <a href="http://www.dguv.de/landesverbaende">www.dguv.de/landesverbaende</a>
Nächstgelegenes Krankenhaus:	
<b>Lerne helfen – werde Ersthelfer/Ersthelferin</b>	
	Info: <a href="http://www.dguv.de/fb-ersthilfe">www.dguv.de/fb-ersthilfe</a>
Meldung zur Ausbildung bei:	

Diese „Anleitung zur Ersten Hilfe“ ergänzt das Plakat „Erste Hilfe“ (DGUV Information 204-001) und gibt weitergehende Hinweise zur Ersten Hilfe im Betrieb. Ausführliche Informationen enthält das „Handbuch zur Ersten Hilfe“ (DGUV Information 204-007).

## 2 Allgemeine Verhaltensweisen beim Auffinden einer Person

### Grundsätze

**Ruhe** bewahren

**Unfallstelle** sichern

**Eigene Sicherheit** beachten



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

### Notruf

**Wo** ist der Notfall?

**Warten** auf Fragen, zum Beispiel:

**Was** ist geschehen?

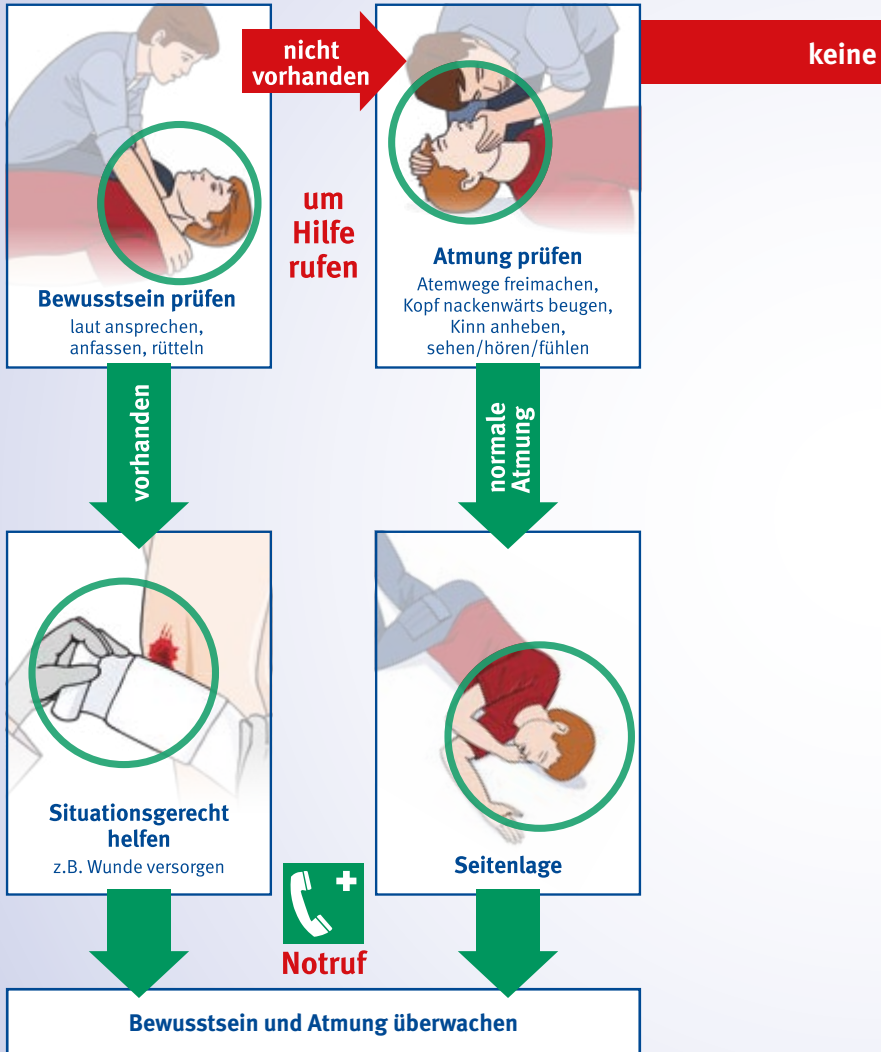
**Wie viele** Verletzte/Erkrankte?

**Welche** Verletzungen/Erkrankungen?



# 3 Lebensrettende Sofortmaßnahmen

Ablaufschema bei lebensbedrohlichen Situationen



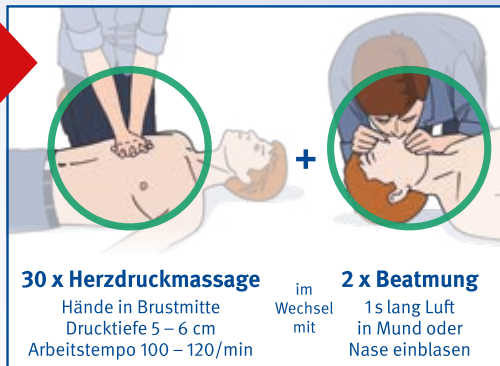


normale Atmung

**Notruf**



**AED\* holen  
lassen**



\* Sofern verfügbar – den Anweisungen des „Automatisierten Externen Defibrillators“ (AED) folgen.

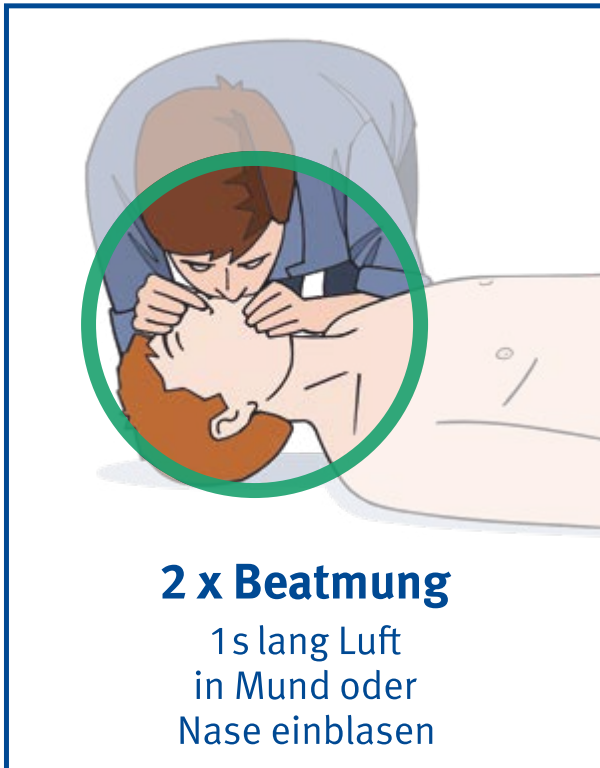
## 4 Herzdruckmassage

- Rückenlage auf harter Unterlage
- Oberkörper freimachen
- Handballen einer Hand auf die Mitte der Brust legen
- Handballen der zweiten Hand auf die erste Hand legen und die Finger verschränken
- Mit gestrecktem Arm das Brustbein 5 bis 6 cm nach unten drücken
- Brustbein nach jedem Druck entlasten
- 30 x Herzdruckmassage (Arbeitstempo: 100 – 120/min) im Wechsel mit 2 x beatmen
- Wiederbelebung bis Atmung einsetzt oder Rettungsdienst übernimmt



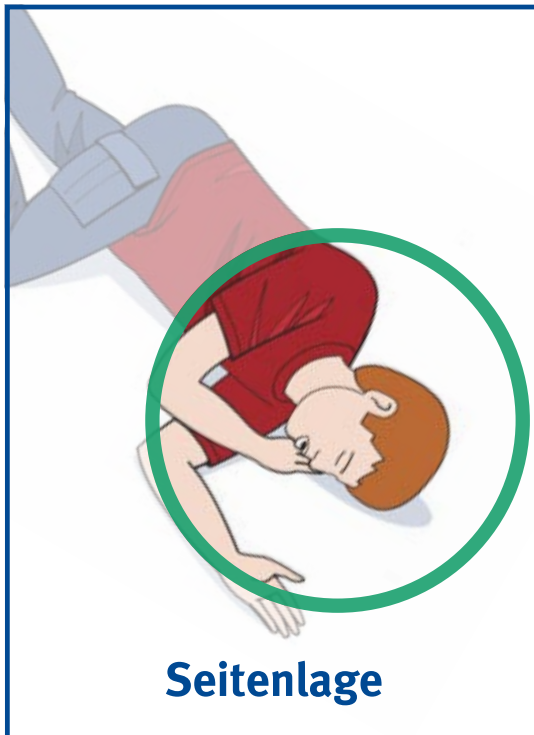
# 5 Beatmung

- Kopf nackenwärts beugen
- 2 x beatmen im Wechsel mit 30 x Herzdruckmassage
- Mund zu Mund (Nase zuhalten)  
siehe Abbildung  
oder
- Mund zu Nase (Mund zuhalten)
- 1 Sekunde lang gleichmäßig Luft einblasen



# 6 Seitenlage

- Beine der bewusstlosen Person strecken
- Nahen Arm angewinkelt nach oben legen, die Handinnenfläche zeigt dabei nach oben
- Ferne Hand der bewusstlosen Person fassen und Arm vor der Brust kreuzen, Hand nicht loslassen
- Mit der anderen Hand an den fernen Oberschenkel (nicht im Gelenk!) der bewusstlosen Person greifen und Bein beugen
- Bewusstlose Person zu sich herüber ziehen
- Hals überstrecken und Mund leicht öffnen
- An der Wange liegende Hand so ausrichten, dass der Hals überstreckt bleibt
- Ständige Atemkontrolle



# 7 Blutungen

## Erkennen

- Blutende Wunden können durch Kleidungsstücke oder durch die Lage der verletzten Person verdeckt sein

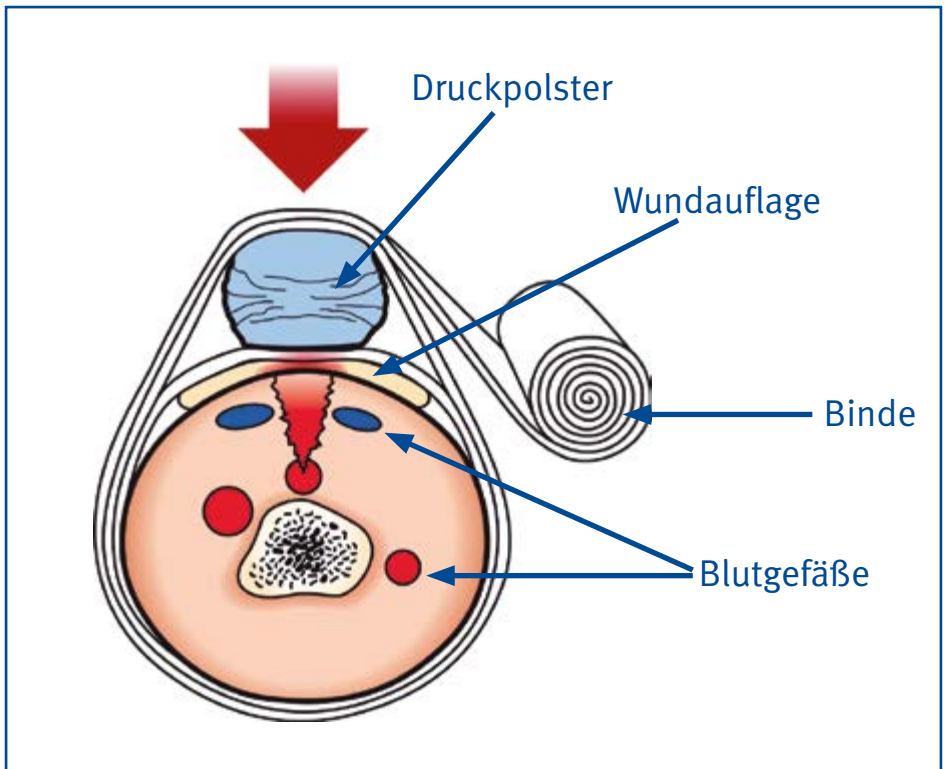
## Maßnahmen

- Einmalhandschuhe tragen
- Wunden keimfrei bedecken
- Gegebenenfalls Schocklagerung
- Gegebenenfalls Anlegen eines Druckverbandes

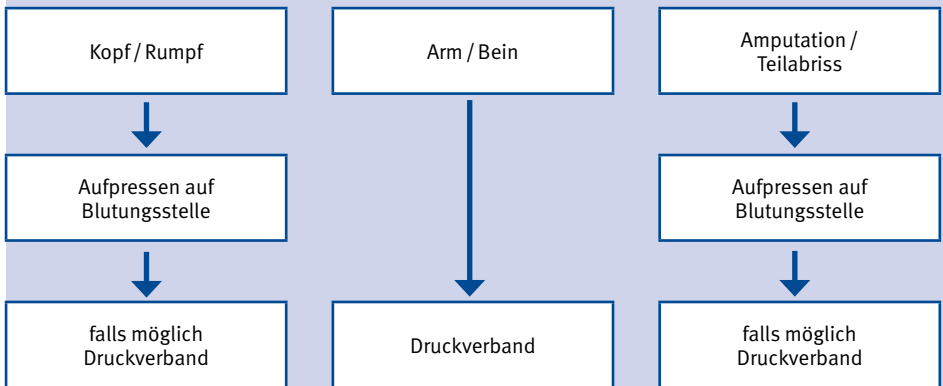


### Anlegen eines Druckverbandes

- Wundauflage auf Wunde legen und mit 2 bis 3 Bindengängen fixieren
- Druckpolster, z.B. zweites Verbandpäckchen, auf Wundauflage platzieren
- Mit weiteren Bindengängen stramm befestigen



## Bedrohliche Blutung aus Wunden



### Bei Abriss von Körperteilen

- Abgetrennte Körperteile suchen
- In keimfreiem Verbandmaterial kühl verpackt der verletzten Person oder Rettungsdienst mitgeben (z. B. Replantat-Beutel)

# 8 Schock

## Erkennen

- Frieren/Zittern
- Blasse, kalte Haut
- Schweiß auf der Stirn

Diese Anzeichen treten nicht immer alle und nicht immer gleichzeitig auf.

## Maßnahmen

- Für Ruhe sorgen
- Gegebenenfalls Blutungen stillen
- Vor Wärmeverlust schützen (Decke unterlegen, zudecken)
- Schocklage herstellen
- Zuwendung, Betreuung
- Ständige Kontrolle von Bewusstsein und Atmung





# 9 Knochenbrüche, Gelenkverletzungen

## Erkennen

- Schmerzen
- Abnorme Lage/Beweglichkeit
- Verkürzung der Gliedmaßen
- Funktionsverlust
- Schonhaltung

## Maßnahmen

- Ruhigstellung des verletzten Körperteils in vorgefundener Lage
- Prellungen und Verrenkungen der Gelenke kühlen
- Bei Verdacht auf Wirbelsäulenverletzung Lage der verletzten Person möglichst **nicht** ändern
- Bei offenen Knochenbrüchen Wunden mit sterilem Material bedecken

# 10 Verbrennungen

## Maßnahmen

- Brennende Person ablöschen
- Mit heißen Stoffen behaftete Kleidung sofort entfernen
- Auf der Haut festhaftende Kleidungsstücke **nicht** entfernen
- Kleinere Verbrennungen mit fließendem Wasser kühlen bis Schmerz nachlässt (einige Minuten)
- Brandwunden keimfrei bedecken
- Vor Wärmeverlust schützen

# 11 Verätzungen

Erste-Hilfe-Maßnahmen sind bereits bei Verdacht auf eine Verätzung durchzuführen, da die Wirkung von ätzenden Stoffen mit zeitlicher Verzögerung auftreten kann.

## Allgemeine Maßnahmen

- Auf Selbstschutz achten (z.B. Schutzhandschuhe, Atemschutz)
- Für Körperruhe sorgen
- Vor Wärmeverlust schützen
- Ärztliche Behandlung veranlassen
- Erbrechen **nicht** herbeiführen

## Augen

- Auge unter Schutz des unverletzten Auges sofort ausgiebig (ca. 10 Minuten) bei geöffneten Augenlidern mit Wasser spülen
- Im Auge verbliebene feste Stoffe mechanisch, z.B. mit einem feuchten Tupfer, entfernen
- Steriler Schutzverband

## Haut

- Verunreinigte Kleidung, auch Unterwäsche und Schuhe, sofort ausziehen
- Haut mit viel Wasser spülen
- Wunden keimfrei bedecken

## Verschlucken

- Sofortiges kräftiges Ausspülen des Mundes
- Wasser in kleinen Schlucken trinken lassen (Verdünnungseffekt)

## Atmungsorgane

Bei Gefahr von Verätzungen durch Reizgase, z.B. Chlor, nitrose Gase, sind spezielle Erste-Hilfe-Maßnahmen durch den Betriebsarzt bzw. Betriebsärztin festzulegen und die Ersthelfer und Ersthelferinnen entsprechend zu schulen.

# 12 Vergiftungen

## Erkennen

- Angaben des Verletzten und anwesender Personen
- Anzeichen im Umfeld für das Einwirken giftiger Stoffe

## Allgemeine Maßnahmen

- Vergiftete Personen unter Selbstschutz (z.B. Schutzhandschuhe, Atemschutz) aus dem Gefahrenbereich bringen
- Für Körperruhe sorgen, vor Wärmeverlust schützen
- Gifteinwirkung ermitteln (Giftstoff, Konzentration, Menge und Dauer der Einwirkung)
- Erbrechen **nicht** herbeiführen
- Gegebenenfalls Giftreste sichern
- Ärztliche Behandlung veranlassen

## Haut

- Verunreinigte Kleidung, auch Unterwäsche und Schuhe, sofort ausziehen
- Haut mit viel Wasser spülen
- Wunden keimfrei bedecken

## Verschlucken

- Sofortiges kräftiges Ausspülen des Mundes

## Atmungsorgane

Bei Gefahr durch giftige Stoffe sind spezielle Erste-Hilfe-Maßnahmen durch den Betriebsarzt bzw. Betriebsärztin festzulegen, z.B. Sauerstoff, Antidote, und die Ersthelfer und Ersthelferinnen entsprechend zu schulen\*.

---

\* Hinweise zur Toxikologie und zur Ersten Hilfe in Sicherheitsdatenblättern, den Stoffmerkblättern der Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie und Stoffdatenbanken (z.B. [www.gischem.de](http://www.gischem.de), [www.dguv.de](http://www.dguv.de), WebCode d11892) sind ggf. zusätzlich zu beachten.

# 13 Unfälle durch elektrischen Strom

Bei jedem Stromunfall muss mit Kreislaufstillstand gerechnet werden.

## Allgemeine Maßnahmen

- Auf Selbstschutz achten
- In jedem Fall zunächst für Stromunterbrechung sorgen

## Niederspannung

(üblich im Haushalt und Gewerbe bis maximal 1 000 Volt):

- Stecker ziehen
- Ausschalten
- Sicherung/Sicherungsautomat betätigen

## Hochspannung

(durch Warnschild mit Blitzpfeil gekennzeichnete Anlagen über 1 000 Volt):



Hochspannung

- **Abstand halten** (5 m Abstand) und **sofort Notruf „Elektronfall“** veranlassen
- Fachpersonal herbeirufen (zwecks Ausschalten)
- Rettung aus Hochspannungsanlagen nur durch Fachpersonal!
- Hilfeleistung erst nach Eingreifen von Fachpersonal

## Maßnahmen an verunfallter Person

- Bei jedem Elektronunfall ständige Kontrolle von Bewusstsein und Atmung (Kreislauf)
- Versorgung des verletzten Person je nach Zustand (Verbrennung)
- Ärztliche Behandlung veranlassen

# 14 Dokumentation von Erste-Hilfe-Leistungen

Die Aufzeichnungen sind mindestens 5 Jahre lang aufzubewahren und müssen mindestens nachfolgende Angaben enthalten :

Angaben zum Hergang des Unfalls bzw. des Gesundheitsschadens
Name der verletzten bzw. erkrankten Person
Datum/Uhrzeit
Ort/ Unternehmensteil
Hergang
Art und Umfang der Verletzung/Erkrankung
Name der Zeugen

Erste-Hilfe-Leistung
Datum/Uhrzeit
Art und Weise der Erste-Hilfe-Maßnahmen
Name des Ersthelfers/der Ersthelferin



# Erste Hilfe



## Auffinden einer Person

### Grundsätze

Ruhe bewahren  
Unfallstelle sichern  
Eigene Sicherheit beachten



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

### Notruf

Wo ist der Notfall?  
Warten auf Fragen, zum Beispiel:  
Was ist geschehen?  
Wie viele Verletzte/Erkrankte?  
Welche Verletzungen/Erkrankungen?



**Bewusstsein prüfen**  
laut ansprechen, anfassen, rütteln

nicht vorhanden  
um Hilfe rufen

**Atmung prüfen**  
Atemwege freimachen, Kopf nackenwärts beugen, Kinn anheben, sehen/hören/fühlen

keine normale Atmung

**Notruf**

**30 x Herzdruckmassage**  
Hände in Brustmitte  
Drucktiefe 5 – 6 cm  
Arbeitstempo 100 – 120/min

im Wechsel mit

**2 x Beatmung**  
1 s lang Luft  
in Mund oder Nase einblasen

AED\* holen lassen

**Situationsgerecht helfen**  
z.B. Wunde versorgen

**Seitenlage**

**Bewusstsein und Atmung überwachen**

Belegungsliste (Notruf):

Ersthelfer/Ersthelferin:

Betriebsarzt/Ärztin/Betriebsärztin:

Erste-Hilfe-Material bei:

Erste-Hilfe-Raum:

Nächste erreichbare Arzt-/Krankenhaus:

Berufsgenossenschaftliche Unfallversicherung/Durchgangskleinrinn:

FFU: [www.dguv.de/berufsgenossenschaft](http://www.dguv.de/berufsgenossenschaft)

Nächstgelegenes Krankenhaus:

**Lerne helfen – werde Ersthelfer/Ersthelferin**

Info: [www.dguv.de/berufsgenossenschaft](http://www.dguv.de/berufsgenossenschaft)

Meldung zur Ausbildung bei:

\* Sofern verfügbar – den Anweisungen des „Automatisierten Externen Defibrillators“ (AED) folgen.  
© DGVU Information 204-003 „Erste Hilfe“, Ausgabe August 2017 • Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV), Gölhkastraße 40, 10117 Berlin, www.dguv.de

Wenn das herausnehmbare Plakat „Erste Hilfe“ (DGUV Information 204-003) fehlt, dann können Sie es bei Ihrem zuständigen Unfallversicherungsträger oder unter [www.dguv.de/publikationen](http://www.dguv.de/publikationen) bestellen.

**Deutsche Gesetzliche  
Unfallversicherung e.V. (DGUV)**

Glinkastraße 40  
10117 Berlin  
Tel.: 030 288763800  
Fax: 030 288763808  
E-Mail: [info@dguv.de](mailto:info@dguv.de)  
Internet: [www.dguv.de](http://www.dguv.de)